



新年度まであと少し。たくさんの思い出が詰まった一年間も締めくくりの時期になりました。4月に気持ちのいいスタートを切るために、心と体を元気に整えておきましょう。

6年生はいよいよ卒業を迎えます。残り少ない小学校生活。素敵な思い出をたくさんつくってください。



今月の保健目標



1年間の健康生活をふり返ろう!



令和6年度保健体育委員会の活動

今年度は、「歯みがきの習慣や運動のよさを全校に広め、心と体の健康の大切さを伝えよう」をテーマにし、委員会活動を行ってきました。委員会最終日は、1年間の活動を振り返り、次年度に向けての活動を話し合いました。次年度も、全校児童に健康の大切さを呼びかけていきたいと思えます。



運動会練習のために、ラジオ体操を撮影しました



全校のみんなに姿勢体操を広めました



歯の衛生週間の期間に歯に関する絵本の読み聞かせを行いました



全校おにごっこ大会では、運動の楽しさを呼びかけました



学校保健委員会では、6年生のみなさんが始めの言葉・終わりの言葉、司会を担当してくれました

しん がっ き **新学期ストレス** に要注意 ⚠️ **心** の見守りをお願いします



どの子も一年間、よくがんばりました。もうすぐ進級・進学。新しい学校・新しいクラスについて、おうちでもお話をしているかもしれません。ただ、新たなスタートというポジティブな変化もストレスとなることがあります。

いつもは見られない様子が急に現れたらストレスサインかもしれません

例

- 怒りっぽくなる
- 甘えん坊になる
- 分離不安で大泣き
- チックや吃音が出る
- 指しゃぶり
- 発熱などの体調不良 など

気持ちを受け止め、意識的に一緒に過ごす時間を持つことで、徐々に落ち着いてくることもあります。気になる点があるときはご相談ください。



保健室の1年間



※今年度の保健室の来室状況です。
(令和7年2月21日時点での集計)

- ◎けがで来室した人 **433人**
- ◎1番多かったけが **打撲**
- ◎病気で来室した人 **130人**
- ◎1番多かった病気 **頭痛**

ろうかは、必ず歩きましょう。



今年の冬は、インフルエンザが流行しました。また、マイコプラズマ感染症で休む児童も見られました。現在、高岡市は、感染症の流行が落ち着いていますが、2月に入り富山県ではノロウイルスが何件か発生しています。引き続き、手洗い・換気をこまめに行いましょう。

- ◎1番来室が多かった月 **10月(100人)、4月(79人)**

今年も、残暑が厳しく10月に入っても暑い日があったせいか体のだるさを訴える人が多くいました。また、4月はけがが多く、打撲で来室した人が32人もいました。



- ◎1番来室が多かった曜日 **木曜日(102人)**